

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil asuhan dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian asuhan kompres hangat dapat menurunkan nyeri dismenore, hal ini tampak dari skala nyeri sebelum diberikan intervensi sebesar 4.9 termasuk sedang dan menurun setelah diberikan intervensi menjadi 3.1 kategori ringan.

#### B. Saran

1. Klien

Sebaiknya remaja putri yang mengalami *Dismenore* untuk melakukan menurunkan dismenore dengan menggunakan kompres hangat. Mahasiswa dapat menerapkan metode pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenorea dan dapat menurunkan nyeri dismenorea.

2. Institusi pelayanan

Hasil pengkajian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi bidan praktik swasta dalam upaya meningkatkan pelayanan kesehatan khususnya asuhan kebidanan pada remaja putri

3. Institusi Pendidikan

Dapat membantu kerja seksi kesehatan asrama dalam menangani kejadian dismenorea dengan cara pemberian kompres hangat.

#### 4. Pemberi Asuhan Lain

Sebaiknya dapat dilakukan asuhan kebidanan pada remaja putri yang mengalami dismenore dengan menggunakan kompres hangat dan dilakukan secara intensif sehingga dapat diketahui efektifitas secara tepat.

